

オンライン

アイシン健康保険組合

スタイルアップセミナーのご案内

2021年12月11日土曜日

<1部> 9時30分～10時30分

<2部> 11時00分～12時00分

※ 2部入替制
セミナー内容は同じです

腰痛・肩こりへの対策に

ボディメンテナンス教室

- セミナー概要 [約60分] <1部>9:30～10:30 <2部>11:00～12:00 (2部入れ替え制)
[10分] …腰痛・肩こりのメカニズム
[40分] …腰痛・肩こり解消のためのトレーニング&ストレッチ

運動の難易度 ★☆☆☆☆ 運動の強度 ★★☆☆☆

お申し込み方法・注意事項

- お申し込みは下記アドレスもしくはQRコードにある申込フォームよりお願いします。

<https://forms.gle/SkFlqWLQYeGVP52R9>

※アイシン健康保険組合ホームページからもお申し込みできます

- 本セミナーはスマホ、パソコン、タブレットを利用したオンラインセミナーです。

参加にはZOOMが利用できる環境が必要となります。

- 開催時間はお申し込み多数のため、2部入替制となっております。1部、2部共にお時間の指定はできません。

参加時間については、後日お申込みされたメールアドレスへお知らせ致します。



PepUp.
3,000
ポイント
プレゼントキャンペーン

今回、スタイルアップセミナーへ、申込み&ご参加&最後のアンケートまでご回答いただいた被保険者さん全員に

なんと! Pep Up ポイント**3,000**ポイントをプレゼントします!

- ① Pep Upポイントの付与は、11月末を予定しています。
- ② 本キャンペーンの対象はセミナー申込時点でPep Upの登録が完了している方のみとさせていただきます。まだ登録をされていない方は事前に登録をお願いいたします。